

ปัญญาอบรมสมาธิ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์บนศาลา วันที่ ๑๒ ตุลาคม ๒๕๔๒

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตาก ต.โพธาราม จ.ราชบุรี

ฟังธรรมนะ ฟังธรรมก็คือฟังเรื่องของตัวเอง เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เราว่าเราเป็นคนฉลาด เราว่าเราเข้าใจตนเอง เรารู้เรื่องของเราหมดเลย แต่จริงๆ แล้ว ไม่รู้อะไรเลย เรื่องของเรานี้แหละ เราไม่รู้อะไรเลย เรารู้แต่ความเป็นอยู่ในปัจจุบันไง เรามาจากไหนเราก็ไม่รู้ อยู่ปัจจุบันนี้ก็คือเป็นมนุษย์ เป็นผู้ประเสริฐ เป็นสัตว์ประเสริฐ ใช้ชีวิตแบบผู้มีคุณสมบัติพอสมควรนั่นล่ะ แต่มันก็ยังมี ความทุกข์เผาใจอยู่ จะสถานะสูงต่ำขนาดไหนก็แล้วแต่ ความทุกข์ในหัวใจมันมีอยู่ทุกคน มัน หลอกกันไม่ได้หรอก หลอกไม่ได้เพราะอะไร เพราะคนเกิดมามีกิเลสมาทั้งนั้นนะ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ชำระกิเลสได้สะอาดก่อน เป็นองค์ศาสดา เป็นผู้สอน เป็นผู้ชี้ทางทั้งหมด เป็นผู้ชี้ทาง บอกว่า “ดวงใจทุกดวงใจที่เกิดมาในร่างของมนุษย์เรามี กิเลสทั้งหมดเลย กิเลสพาให้ดวงใจนี้มาเกิดเป็นมนุษย์” เกิดมาเป็นมนุษย์นะ แล้วมาพบ พระพุทธศาสนานี้เยี่ยม เยี่ยมจริงๆ ถึงว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ชำระกิเลสจากใจ ทั้งหมด สะอาดจากใจดวงนั้นแล้วถึงได้ประทานธรรมอันนี้ไว้

ถึงว่า ฟังธรรมคือฟังเรื่องของเราเอง เรื่องของมนุษย์นี้แหละ เรื่องของใจที่เกิดมาเป็น มนุษย์ ที่ว่ามันเกิดมาแล้วเป็นสัตว์ที่ประเสริฐนี้แหละ แต่มันอมทุกข์ มันมีความทุกข์โดยเป็น สัจจะความจริงมากับใจทุกๆ ดวงที่เกิดขึ้นไง ถึงว่าต้องฟังเรื่องของตัวเอง ตัวเองที่มาประสบทุกข์อยู่ นี้ พยายามจะเข้ามาฟังธรรมเพื่อชำระล้าง ชำระล้างใจของเราให้เป็นใจที่สะอาดนะ จากใจที่ ทุกข์ๆ อยู่นี้แหละ สามารถชำระให้สะอาดหมดจดได้ พอหมดจดไปเป็นวิมุตติสุข สุขจากความ ที่มันสะอาดในตัวมันเอง หมดจด สะอาด ถึงว่าสุขที่แปลกจากโลกนี้

โลกมีความเป็นอยู่ที่เราร้อน สมบัติจะล้นฟ้าขนาดไหน มันก็เอาแต่ความทุกข์ใจมาให้ แล้วใจที่ทุกข์ๆ อยู่ที่นี่ ใจที่พิการอยู่ที่นี่ มันอึดพอ มันวิมุตติหลุดพ้นจากทุกข์ไปได้ มันถึงว่าต้องฟังธรรม ฟังเรื่องของเราเอง เรื่องของใจที่มันทุกข์อยู่ในหัวใจเรา ให้พ้นออกไปจากทุกข์ให้ได้ ถึงว่า เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาสอนในเรื่องการดำเนินการทางหัวใจ การก้าวเดินของจิตให้พ้นออกไปจากทุกข์

ถึงว่า พบพระพุทธศาสนา แล้วศาสนากำลังเจริญรุ่งเรืองขนาดที่ว่าผู้ที่ประพฤติปฏิบัติมีมากมายเลย จัดเป็นการประพฤติปฏิบัติ ไปบวชกัน ไปประพฤติปฏิบัติ เข้าหาเพื่อจะกำจัดทุกข์ นั่นนะ อันนั้นปล่อยวางเขาไว้ เพราะมันทำกันเป็นพิธีก็เป็นพิธีไป แต่เราเชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าใช่ไหม คำว่า “ทุกข์ ทุกข์ ทุกข์” นี่มันแก่นของกิเลส มันเกิดมามันมีอยู่กับใจ พร้อมกับการเกิดของเรา แล้วจะชำระกันง่ายๆ มันเป็นไปได้อย่างไร

เราเป็นลูกศิษย์ที่มีครู องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นองค์ศาสดา เป็นครูเอกของโลก เป็นผู้ก้าวพ้นออกจากทุกข์ไปเป็นองค์แรกของโลก เห็นไหม ทุ่มทั้งชีวิตนะ เอาชีวิตทั้งชีวิต ทุ่มเทเข้าไป เป็นถึงเจ้าชายสิทธัตถะ เป็นถึงกษัตริย์ แล้วทำไมไม่เสวยสุขอยู่ในโลกเขา ถ้าโลกเป็นสุขนั้นจริง ทำไมต้องสละสมบัติทั้งหมดเลย นี่ออกแสวงหาความจริง เห็นไหม ความจริงที่โลกนี้ กำลังตามืดบอด ที่ไม่มีเงา ว่าเกิดเป็นมนุษย์แล้ว มีความสุขแล้วก็ต้องเสวยสุข พยายามจะให้ชีวิตนี้ไม่ดับสิ้น จะดึงชีวิตนี้ให้ยาวไกลเลย มันเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ ถ้าเราจะมาเสวยสุขอยู่ที่นี้ เวลาตายไปละ เสวยสุขอยู่ ถ้าความคิดว่าเป็นสุขด้วย แล้วมันยังหลอกตัวเองว่ามันจะเป็นสุข

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นนักปราชญ์ เป็นผู้ที่สร้างบุญญาธิการมา ถึงได้เฉลียวใจก่อนว่า ถ้ามีการเกิด ต้องมีการไม่เกิด เห็นไหม มีการแก่ มีการเจ็บ มีการตาย มันต้องมีฝ่ายตรงข้าม แล้วไม่มีใครสอน ออกไปสมบุกสมบันด้วยตัวของท่านเอง มีครูมีอาจารย์สอนอยู่ในลัทธิต่างๆ เขาก็สอนไปผิดๆ พลาดๆ สอนให้ไปอยู่ในองค์ประกอบของทุกข์นั่นล่ะ เพียงสละกึ่งก้าน สละสาขาเข้ามา ไปอยู่ในจุดของความทุกข์นั้น คือสอนเรื่องของสมาธิ เห็นไหม ออาหารดาบส อุทกดาบส สอนถึงสมาบัติ ๘ มันมหัศจรรย์มากนะ ถ้าจิตของคนทำสมาธิได้ มันมหัศจรรย์จนเคลิบเคลิ้มไปได้ อันนั้นก็กิเลสหลอกในวงปฏิบัติอันหนึ่ง เคลิบเคลิ้มไปในความเว้งว่างของใจ

เห็นไหม ทั้งๆ ที่สละออกมาจากโลกแล้ว เพื่อจะมาเป็นศาสดาสอนโลกอยู่ โลกคือโลก คือหมู่สัตว์ คือการตายการเกิดของสัตว์นั้น สละชีวิตนั้นออกมาเพื่อจะหาทางพ้นทุกข์ ก็มารักษา

ไอ้ อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา ในหัวใจอยู่อย่างนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปศึกษามาก่อน ออกมาไม่มีผู้ชี้ผู้สอน ที่ไหนมีการบอกกล่าวก็อยากมีแผนที่ดำเนิน ไปหาเขาแล้วก็ได้ผลอย่างที่ตัวเองปรารถนา มันแค่เอาความทุกข์เข้ามากองไว้ สุมไว้ตรงกลาง สุมไว้ที่แก่นของกิเลส อยู่ที่ตรงนั้นไง แต่สละกิ่งก้านสาขา คือมันปล่อยให้ได้หายใจ

เวลาทุกข์ เราทุกข์กันสุดๆ แล้วมันผ่อนให้เราได้หายใจ ทุกข์ดับไป ทุกข์เป็นอริยสัจอยู่ แล้วทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ แล้วทุกข์ก็ดับไป พอทุกข์ดับไปชั่วคราว มันคิดใจว่า “เฮ้อ! เราคงจะพ้นทุกข์” นี่ก็เหมือนกัน จิตมันสงบอยู่ มันก็ลากมา ลากลูกหลานเหลนที่มันออกไปเพ่นพ่านเข้ามาอยู่ตรงกลางหัวใจ เพราะมันสงบไว้ด้วยอำนาจของสมาธิอันนั้นไง เห็นไหม มันมีอยู่แล้ว ถึงว่ามันไม่ใช่ทางแก้กิเลส มันไม่ใช่ทาง พระพุทธเจ้าถึงไม่เชื่อตรงนั้น พระพุทธเจ้าถึงได้ออกแสวงหาแสวงหาไปเรื่อย ทดลองทุกอย่างที่ในตำรา ในความคิด ในความวิตกวิจารณ์ว่ามีอยู่ ทางใดที่จะพ้นทุกข์ได้ พยายามทุกวิถีทาง แต่มันไปไม่ได้ เพราะอะไร เพราะมันเอาเรื่องของโลกแก้โลกไง

เราเป็นไข้อยู่เอาเชื้อโรคใส่เข้าไป คิดว่าไข้มันจะหาย คิดว่าอันนี้เป็นยา นึกว่ามันจะหายในโลกคือโลกียะ ความเป็นโลกียะในโลก เรื่องของโลกชำระเรื่องของโลก น้ำที่มีเชื้อโรคเอามาล้างให้สะอาด มันเป็นไปไม่ได้

ถึงว่า มันไม่มีสิ่งใดสอนอยู่ ไม่มีตำราใด ไม่มีศาสดาองค์ใดเป็นคนชี้แนวทางอันนี้ได้ ถึงว่าแก่นของกิเลสเป็นเรื่องสำคัญมาก เรื่องของการเกิดและการตาย การชำระกิเลสนี้เป็นเรื่องสำคัญมาก ถึงว่าต้องฟังธรรมในเรื่องของความเป็นมนุษย์เราไง ฟังธรรมคือฟังเรื่องของเรา ฟังเรื่องไอ้ อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา ที่อยู่กลางหัวใจของเรา ที่พาเกิดพาตายอยู่นี่ อันนี้มันสำคัญขนาดนั้น แล้วมันไม่มีอะไรจะเป็นไปได้ เพราะไม่เคยมี สิ่งที่ไม่เคยมีใน ๓ แดนโลกธาตุ มันจะมีมาได้ยังไง มันเป็นไปไม่ได้ที่ใครจะเจอสิ่งที่ไม่เคยมี

พระพุทธเจ้าถึงตรัสรู้องค์เดียว เห็นไหม “เอกบุรุษ” กว่าจะตรัสรู้ได้ กว่าจะได้เกิดเป็นมนุษย์ รอดสร้างสะสมบารมีมา บุญญธิการมหาศาลนะ ถึงได้ปรารถนาเป็นพุทธภูมิ เป็นพระพุทธเจ้า ถึงได้มาเกิดเป็นพระพุทธเจ้า เกิดเป็นพระพุทธเจ้าแล้วยังต้องแสวงหาออกมาอีก นี่ศาสดาองค์เอก

ถึงว่า งานนี้ไม่ใช่งานเล็กน้อย ไม่ใช่งานลู่ๆ คลำๆ งานเล่นๆ งานรื้อภพหรือชาติ เป็นงานที่ใหญ่มาก ถึงกับต้องเอาชีวิตนี้เข้าท่อม เข้าแลกกัน เห็นไหม ชีวิตของเราทั้งชีวิตนี้ เกิดมาแล้วนี่

ว่าจะมีความสุข มันไม่มีความสุข แต่ก็ยังคิดว่าเกิดในวัฏฏะที่เป็นสถานะอื่น สถานะที่ไม่มีयाใจ ถึงเกิดเป็นมนุษย์แต่ถ้าเกิดในสุญญกัปที่ไม่มีศาสนา เราจะทุกข์ขนาดไหน

นี่มีศาสนา เห็นไหม เกิดมาเป็นโรคเป็นภัยแล้วมียาอยู่ ธรรมโอสถขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่แสวงหามาชำระล้าง เป็นพยานยืนยันคือท่านหลุดพ้นไปก่อน แต่การชำระล้างมันชำระล้างด้วยความเป็นจริง มรรคอรียัจฉัจ เห็นไหม อานาปานสติที่ว่าเริ่มกำหนดมาก่อน ให้สมาธินี้เป็นสมาธิที่ควรแก่การงาน นี่สัมมาสมาธิ ไม่ใช่สมาธิเหาะเหินเดินฟ้า สมาธิที่มีแรงขับเคลื่อนออกไป

สมาธินี้เป็นสัมมาสมาธิ อานาปานสติ กำหนดอานาปานสติก่อน ให้ใจสงบขึ้นมา แล้วยกใจ ฟังนะ! ยกใจขึ้นทำงาน ใจพอเป็นสมาธิ มันเหนื่อย มันนี่กว่าเป็นการทำงาน เราทำงานมา เราสะสมมา นี่เหนื่อยทั้งตัวเลย เราก็นี้กว่างานเสร็จแล้ว มันไม่เสร็จ เพราะอะไร เพราะเราเอาผลงานมาไว้ในบ้านเฉยๆ เราไม่เก็บ ไม่ทำให้มันเป็นประโยชน์ขึ้นมา อาหารการกินที่เราจะทำ เครื่องครัวซื้อมาหมดเลย กองไว้ในครัว มันก็กองไว้นั้นนะ ถ้าไม่ทำขึ้นมา ไม่ประกอบเป็นอาหารขึ้นมา มันก็เน่าเสียไป

สัมมาสมาธิ ควรแก่การงาน สัมมาสมาธิยกขึ้นวิปัสสนา ใจถ้ามันจะยกขึ้น ใจ การแสวงหา เราแสวงหาทรัพย์มาไว้ในบ้าน เราไม่เก็บ เราไปแขวนไว้ตามหน้าบ้านให้คนขโมยไป หรือ ทรัพย์สมบัติใดๆ ก็ต้องเก็บไว้ในเซฟ ในที่ปลอดภัยใช่ไหม จิตที่มันสงบ ควรแก่การงาน ถึงว่า เราเข้าใจว่าเราทำความสงบ อันนั้นมันจะเป็นผล สิ่งที่เขาสอนอยู่ก่อนที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้เป็นอย่างนี้ทั้งหมดเลย

ใจควรแก่การงานคือใจควรแก่การทำความสงบ ทำความสงบแล้วเอาความสงบนั้นเข้ามาหาสิ่งที่เชื่อเป็นใจในจิตปฏิสนธิ ปฏิสนธิพร้อมกับการเกิดการตายอันนี้ใจ แต่เดิมเขาก็มีการทำสมาธิกันอยู่แล้ว แต่ทำสมาธิแล้วเอาสมาธินั้นเป็นผล พอเอาเป็นผล นี่งานชอบหรืองานไม่ชอบ

มรรคอรียัจฉัจ งานชอบ ความดำริออกจากกิเลส ไม่ใช่ความดำริออกมาจากความฟุ้งซ่านให้เป็นความสงบ เห็นไหม ความดำริถ้าไม่ดำริมันก็แค่นั้น การทำต่อไปเราก็เข้าใจว่างานของเราที่เป็นภาระหน้าที่ของเรา เราทำเสร็จแล้วคือจบสิ้น ใจมันจะปล่อยวาง โลงสบายนะ ว่าเรา

ทำงานเสร็จแล้ว มันจะไม่ทำต่อไป เห็นใหม่ ความดำริว่าสิ่งนั้นเป็นผล มันก็จะไม่ก้าวเดินต่อไป พอไม่ก้าวเดินต่อไป ใจมันก็ไม่ก้าวเดิน ไม่ทำ ความไม่ทำอันนั้นเข้าใจว่าเป็นผล ถึงว่าดำริไม่ชอบ

ความดำริชอบมันจะเริ่มต้นจากเราเกิดมาเป็นชาวพุทธ มีตำรับตำรา พระไตรปิฎก พระพุทธเจ้าวางไว้เป็นหลักอยู่แล้ว ถ้าเราศึกษาแล้วเราไม่เข้าใจ ก็มีครูมีอาจารย์คอยชี้แนะไง

พระไตรปิฎกเป็นแผนที่ ต้องมีการอ่านแผนที่ การอ่านแผนที่มันยังเถียงกันตั้งแต่ว่า แผนที่ทางอากาศหรือแผนที่ทางพื้นดิน ในพิภคของแผนที่นั้นต่างกัน ความเห็นของเราในใจก็เหมือนกัน ความอ่านไป ความคิดไป ก็เลสในหัวใจแยกให้ความคิดนี้วิเคราะห์วิจารณ์ว่าแผนที่ควรจะเป็น ปวดหัวมากนะ ปวดหัวจนว่า เราคิดอย่างไรว่าเราจะก้าวเดินให้ถูกทาง

แต่ในเมื่อมีครูมีอาจารย์เป็นผู้ที่ก้าวเดินไป แผนที่จะเป็นแผนที่ได้ต้องมีคนรู้พิภค รู้ว่าแผนที่นี้จะใช้ในหน้าที่ของการเดินเรือ ในการเดินอากาศ ในการเดินตรวจสำรวจภาคพื้นดิน เห็นใหม่ ผู้ที่เขียนแผนที่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเขียนแผนที่ออกมาจากใจของผู้รู้อัจฉริย ความหมายของผู้รู้อัจฉริยมันเป็นเรื่องสุดวิสัยของมนุษย์ที่ว่าจะออกจากวัฏวน ออกจาก ๓ โลกธาตุที่ไม่มีสิ่งนี้อยู่ แต่พยายามจะเขียนให้เข้ากับความรู้ของสาวกะ พวกเราที่เป็นเด็กๆ เป็นคนไม่เข้าใจให้พยายามอ่านให้ออกให้ได้ มันอ่านแล้วก็ยังมาสงสัย ในเมื่อเราอ่านแผนที่แล้วยังสงสัย เมื่อมีครูอาจารย์ที่รู้อัจฉริยเห็นจริงตามธรรมนั้น ถึงว่าเป็นวาสนาของผู้ปฏิบัติเรา เป็นวาสนาของผู้ที่ขึ้นมาทางให้ออกไปจากที่นั้น

พิภคนี้จะอ่านพิภคก็ให้พิภคไว้ก่อน เข้าสำรวจในพื้นที่ ถ้ามันผิด เราต้องถอยกลับมา แต่นี่อ่านแผนที่อยู่ ไม่ได้เดินเลย อ่านแต่แผนที่ ไม่มีการก้าวเดิน ชีวิตนี้ก็จะเสียไป เห็นใหม่ สักแต่ว่าทำทำกันที่เราทำแล้ว อ่านแผนที่แล้วเข้าใจ การอ่านแผนที่ การเทียบการเคียงความรู้ตามแผนที่ กับความรู้ในภาคปฏิบัติ ความรู้ในการสำรวจพื้นที่ พื้นที่ในหัวใจมันไม่มีพื้นที่ให้สำรวจ เพราะว่ามันเป็นความฟุ้งซ่าน มันเป็นโลกียะทั้งหมด

การประพฤติปฏิบัติถึงต้องการความสงบก่อน ความสงบจากใจ ความสงบคือว่ามีพื้นที่ให้ได้สำรวจ ความสงบจากใจ ใจนี้เป็นเอกัคคตารมณ์ เป็นเอกภาพ เป็นพื้นที่ที่จะให้ปัญญาก้าวเดินออกไป

ฉะนั้น อยู่ที่จิตนิสัยของสัตว์ ของผู้ที่ปฏิบัติ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็น ศาสดานะ เป็นพุทธวิสัย ฐูปไปหมดว่าสัตว์เกิดมาจากไหน แล้วจะตายไปอย่างไร ในวัฏฏะที่จิต วิญญาณนี้หมุนไป สิ่งนี้มีอยู่ วัฏฏะมีอยู่ จิตที่ท่องเที่ยวไปในวัฏฏะนี้มีอยู่ การสะสมบุญญาธิการ มาต่างกัน การสะสมมาของสันดานที่จิตสะสมมาในการเกิดและการตายนั่นต่างกัน ถึงได้เปิดทางไว้ เป็นกรรมฐาน ๔๐ ห้อง การเข้าถึงความสงบนี้ให้ถึง ๔๐ วิธี การเพื่อว่าใครชอบช่องทางไหนก็ ควรจะเข้าช่องทางนั้น การเข้าช่องทางที่ถูกต้อง การก้าวเดินที่ถูกต้องจะทำให้จิตดวงนั้นมี เอกภาพ คือมีความเป็นเอกัคคตารมณ์ มันถึงจะเริ่มต้นเป็นงานในการจะรู้วัฏฏะได้

ถ้าจิตยังเป็นโลกียะอยู่ เห็นไหม เอน้ำสกปรกหรือเอน้ำที่มีเชื้อโรคไปรักษาคนไข้ มันก็ ต้องมีเชื้อโรคสะสมไป คนไข้ แม้แต่ให้ยาแล้วยังต้องหาอาหารที่ไม่เป็นของแสลง คนไข้จนถึง จะมีโอกาส อันนี้ถือว่าแต่เป็นยานะ แม้แต่ความเป็นอยู่ ความที่เอาเข้ามาชำระล้างมันก็ยังเป็น โทษเลย เห็นไหม ถึงต้องทำความสะอาด

การทำความสะอาดนี้คิดว่ามันจะเป็นไปไม่ได้ เราดูการทำงานของคนอื่นทำ งานข้างนอกนี้เรา อยากจะทำแทน ถ้าคนนั้นเป็นอาชาไนย จิตดวงนั้นเป็นจิตดวงที่เป็นอาชาไนย เป็นจิตที่จะมี ช่องทางจะออกจากโลก มันต้องเป็นจิตที่พิเศษ ความเป็นพิเศษอันนั้น เห็นคนทำงาน หรือเห็น คนที่ทำงานต่อหน้า มันเห็นว่าทำไมไม่จริงไม่จัง อยากจะทำแทนเขา เห็นไหม งานของคนอื่น งาน ของโลก อยากจะทำ อยากจะออกไปช่วยเหลือเขา แต่งานภายในของตัวเองทำไมไม่รู้จักทำละ

งานของการประกอบอาชีพโลกียะ การสะสมไว้เพื่อดำรงชีวิต ปัจจัย ๔ เป็นเครื่องอยู่ อาศัยเพื่อจะดำรงชีวิตนี้ให้พออยู่พอเป็นพอไป นี่คือนานข้างนอก ก็เหมือนงานของข้างนอกเขา แล้วแย่งทำ งานมันยาก-มันง่าย นี่อยากจะทำ เห็นไหม งานของการทำความสะอาดเป็นงานภายใน ก็เหมือนงานของเรา งานนั่นนี่ๆ งานทำใจให้สงบน่าจะเป็นงานของเรา มันกลับจะทำไม่ได้ มัน อยากจะทำแต่งงาน โลกียะ งานข้างนอก

งานข้างในนี้เป็นงานโลกุตตระ โลกุตตระคืองานที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผ่านพ้นไปแล้ว แล้ววางแนวทางไว้ แล้วเรามีวาสนาบารมี เราเชื่อในความเป็นจริง เชื่อว่ามรรค อริยสัจจ์นี้เป็นทางที่จะพ้นทุกข์ เราถึงได้สละชีวิต สละความเป็นอยู่ของเราเพื่อจะหันกลับมา เพื่อจะชำระถอดถอนอันนี้ไป มันถึงต้องเข้ามาทำงานภายใน

งานภายใน การกำหนด กรรมฐาน ๔๐ ห้อง พุทโธๆ ให้มันสงบเข้าไป ส่วนใหญ่แล้ว จิตนิสัยของคนจะเป็นแบบนี้ กำหนดคาบกรรมพุทโธ ธัมโม สังโฆ อานาปานสติ กำหนดเข้าไป นี่เป็นวิธีการทำให้สงบ อันนี้เป็นการทำสมาธิ ทำสมาธิแบบที่ในครั้งพุทธกาลเขามีอยู่เป็น พื้นฐานเดิม เพราะสังคมแคบ สังคมเขามีกันอยู่อย่างนั้น แล้วการแสวงหาของสังคมอย่างนั้นเขามี พื้นฐานของใจเป็นสมาธิอยู่แล้ว การฟังธรรมถึงจะได้ผลมาก ผู้ที่เกิดในสมัยพระพุทธเจ้าเป็น สหชาติ เป็นผู้มีบุญญาธิการ ถึงได้เกิดพร้อมพระพุทธเจ้า แต่เราเป็นผู้ที่มีวาสนาน้อยกว่านั้น ต่ำ กว่านั้น เราได้เกิดมาก็ยังได้เกิดมาพบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมและวินัยนี้เป็นศาสนา ของเรา ฉะนั้น พื้นฐานของการทำให้มีความสงบ มันถึงได้สังเกตกันว่า “มันจะทำความสงบได้ อย่างไร ใจจะทำความสงบได้อย่างไร”

เพราะเราไม่มีพื้นฐานตัวนี้ เราถึงต้องกำหนดพุทโธๆ ให้ใจสงบก่อน ทำให้สงบนี้เป็น สัมมาสมาธิ ให้ใจเรามีแค่เครื่องมือจะทำงานนะ

การจะมีเครื่องมือทำงาน ก็เหมือนเราเป็นคนที่ไม่ทำอะไรเลย นี่ทุกข์ยากนะ คนไม่มี อะไรเลยในตัวเอง แล้วจะก้าวเดินไปหรือต้องเดินทางไป แต่ไม่มีเสบียงอาหารไป ทุกข์ร้อนไหม แล้วไปถึงข้างหน้าจะมีเสบียง ปัจจัย ๔ ให้เราได้ใช้สอยไหม กับคนที่มีเสบียงสัมภาระพร้อม ขณะที่ก้าวเดินไปมันต้องมีเสบียงสัมภาระพร้อม ถึงต้องทำความสงบ กำหนดเป็นคาบกรรม คำ ไคๆ ก็ได้ พุทโธๆ ให้สงบเข้าไป ให้สงบเข้าไปนะ ทำง่ายๆ อย่างนี้ แต่เวลาปฏิบัติแล้วมันก็ยัง ยากแสนยาก เพราะอะไร

เพราะกิเลสในใจมันต้านทาน กิเลสในหัวใจเรต้านทานนะ กิเลสในหัวใจที่มาพร้อมกับการตายและการเกิด ไม่ใช่ของใคร ไม่ใช่สิ่งใดๆ ในโลกนี้เป็นศัตรูกับเรา หรือเป็นคนอีกคนตัวอื่น จะมารังแกเรา...ไม่ใช่! กิเลสของเราเองนี่แหละ มันเป็นเรื่องของเราทั้งนั้นเลย

เรื่องในหัวใจเรามันจะผลัดไสให้ออกไปเป็นงานข้างนอกใจ กิเลสมันมักมาก มันอยาก ใหญ่ มันอยากจะเป็นเจ้าวัฏจักร เป็นเจ้าหัวใจ เป็นพื้นฐานอยู่ในหัวใจของเรา แล้วสั่งให้เราไป ทำงานข้างนอก พอเราจะหันกลับมาทำงานข้างใน กิเลสตัวนี้มันจะผลัดไส มันจะพูด มันจะยุ แหย่ให้เราไม่มีกำลังใจก้าวเดินออกไป เห็นไหม นี่ขนาดกำหนดพุทโธๆ อย่างเดียวนะ พุทโธๆ

ถ้าฝึกอย่างนี้ได้ โดยพื้นฐานคนที่ฝึกอย่างนี้เป็นคนที่มีปัญญาในระดับหนึ่ง มีความ ศรัทธาในระดับหนึ่งที่จะออกจากกิเลส นี่คือการทำสมาธิโดยพื้นฐานทุกๆ ไป แต่ในเมื่อปัจจุบัน

นี่เทคโนโลยีเจริญ ผู้ที่เกิดมาในสังคมที่กำลังเจริญรุ่งเรือง ข้อมูลข่าวสารเป็นสิ่งที่ใครกอดเอาก็ได้ มันกำลังเฟื่องฟู กำหนดพุทโธๆ อย่างเดียว มันจะน้อยเนื้อต่ำใจว่า “เราไม่มีวาสนา เราจะมาทำสิ่งที่มันคู่ค้อยค่า”...มันจะค้อยค่าไปไหน มันเป็นสิ่งที่ประเสริฐ มันเป็นเสียบึงกรังที่เราจะก้าวเดินต่อไป เห็นไหม ไม่มีเสียบึงกรังแล้วจะก้าวเดินไปไหน มันจะก้าวเดินไปเอาเชื้อโรคมารักษาเชื้อโรคได้อย่างไร ในเมื่อมันมีความรู้มาก มีความเข้าใจสิ่งต่างๆ มาก ว่ามันเป็นปัญญา นี่มันฟูออกมาแล้ว เห็นไหม สิ่งของมันฟูออกมาแล้วมันทำให้ฟุ้งซ่าน เราจะทำความสงบ เราทำอย่างไร

ทำปัญญาอบรมสมาธิ ให้ใช้ความคิดที่ฟุ้งซ่านออกมาย้อนกลับเข้าไปทำลายความคิดออกไป ตัดกิ่งก้านสาขาของความคิดออกไป อันนี้เป็นปัญญาของผู้ที่มีสติ อันนี้เป็นวิธีการที่มันยากขึ้นมาหน่อยหนึ่ง แต่ในเมื่อมันจะเป็นช่องทางก้าวเดินเข้าไปทำใจให้สงบ เปรียบเหมือนกับต้นไม้ในป่าใหญ่ ต้นไม้แต่ละต้นมีคุณค่าทั้งหมด เราจะโค่นต้นไม้ใหญ่ต้นหนึ่ง มันจะล้มไป มันจะทำให้ต้นไม้อื่นล้มระเนระนาดไปด้วย แล้วทุกอย่างมันจะมีค่าไปหมด เราจะทำอย่างไรละ

นักโค่นต้นไม้เขาจะขึ้นไปเลาะกิ่งเลาะก้าน เลาะทีละกิ่งละก้านออกแล้วแบกลงมานะ ขึ้นต้นไม้ไปแล้วเลาะกิ่ง เอาลงมาทีละก้าน เลาะกิ่ง เลาะก้าน ตัดทอนมาเป็นชิ้นเป็นอัน ทอนมาเป็นท่อนๆ แบกลงมากองไว้ที่พื้น เสร็จแล้วพอดัดมาเป็นท่อนๆ จนมาถึงโคนต้น ล้มโคนต้นออกไป สิ่งที่ล้มโคนต้นออกไปแทบจะไม่มี ความหมายเลย เพราะอะไร เพราะได้ใช้ปัญญา ได้ใคร่ครวญมาตลอด ใคร่ครวญตลอด เลาะกิ่งเลาะก้านออกมาเป็นท่อนๆ แบกลงมากองไว้ กองไว้กับพื้น แล้วโค่นมันเป็นท่อนเล็กๆ ท่อนที่ไม่สูงนักก็ล้มลงไป

ความล้มลงไปอันนี้มันเหมือนกับเวลาต้นไม้ทั้งต้นล้มลงไป เราเห็นเหมือนไม่มีคุณค่า แต่ความจริงมันเป็นคุณค่ามาตลอด เพราะขณะที่เราทอนกิ่งทอนก้านลงมามันใช้พลังงานมากอยู่ เราทอนกิ่งทอนก้านบนต้นไม้ แล้วแบกหามลงมาทีละท่อน ทีละท่อน อันนั้นพลังงานขนาดไหน นี่คือนิยามของปัญญาอบรมสมาธิ เห็นไหม จิตนี้สงบลงไป แล้วไม่ทำลายต้นไม้ต้นอื่นรอบข้างให้เสียหายไปได้เลย

การทำใจให้สงบด้วยการใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เลาะกิ่งเลาะก้านของความคิดที่มันคิดออกไป แล้วมีสติสัมปชัญญะ สตินะ ใช้ปัญญาไล่ต้อนปัญญาด้วยเหตุผล ด้วยเหตุและด้วยผลการสอดคล้อง การชูดคู้ การเทียบเคียง เห็นไหม ปัญญาจะก้าวเดินไปด้วยการเทียบเคียง การเปรียบเทียบ นี่คือนิยามของปัญญา ในเมื่อมันเปรียบเทียบแล้วเห็นเหตุเห็นผลตลอด มันก็เหมือนกับเรา

ทอนกิ่งทอนท่อนไม้เป็นท่อนๆ แยกลงมา มันเหนียว สิ่งที่เราเห็นเหตุเห็นผล เห็นต้นไม้แห้วไป เป็นช่องๆ

จากที่มันทึบไปหมด พอต้นไม้โค่นตัดไป กิ่งก้านสาขามันจะมีแสงสว่างส่องเข้ามา ใจเหมือนกัน เราทอนกิ่งทอนก้านของความคิดเราออกทีละกิ่งทีละก้าน เป็นท่อนลงมา ท่อนเล็ก ท่อนใหญ่ แล้วแต่กำลังของเรา ถ้าเป็นท่อนใหญ่มันจะปล่อย มันจะมีผลงาน มันจะว่าง จะพอใจ จะสุขใจ เห็นใหม่ มันมีมาตั้งแต่ตอนนั้น ความที่เป็นความสงบมันมีมาตั้งแต่ตอนนั้น พอมาถึงจุดของความสงบแล้ว มันเหมือนกับโคนท่อนสุดท้าย ท่อนเล็กล้มลงไป

กับทำสมาธิอบรมปัญญา กำหนดพุทโธๆ เห็นใหม่ เราโค่นต้นไม้ทั้งต้น ต้นไม้นี้เป็น ต้นไม้ใหญ่มาก เราโค่นที่โคนต้น กำหนดด้วยคำว่า “พุทโธ” ถากเข้าไป พุทโธๆ ฟันเข้าไปทีละ ครั้งๆ ฟันอยู่เรื่อยๆ ฟันอยู่นาน เพราะว่ามันเป็นต้นไม้ใหญ่ ฟันด้วยขวานเล็กๆ ของเรานี้แหละ ฟันเข้าไป พุทโธๆ พุทโธเข้าไปเรื่อยๆ กำหนดจิตนี้ให้สงบ ฟันแล้วฟันเล่าๆ ฟันจนได้เห็นผลงาน

วันนี้ก็ฟันอยู่อย่างนั้น พรุ่งนี้ก็ฟันอยู่อย่างนั้น ต้นไม้ไม่เคยล้มสักที แต่ฟันไปบ่อยเข้าๆ ด้วย คำบริกรรมพุทโธบ่อยเข้าๆ จนกว่ามันจะแห้วเข้าไปๆ จนต้นไม้ล้มลง คริน! เห็นใหม่ นี่การล้มลง คริน! เราเห็นว่าต้นไม้ล้มไปต่อหน้าต่อตา เสียงนี้ดังมาก จิตนี้ก็เหมือนกัน กำหนดพุทโธๆ เวลาสงบ จิตมันจะลงวิดก็ให้มันลงไป มันจะไหวตัวนะ ตกเหว ตกร่อง กำหนดสงบเข้าไป เห็นใหม่ อันนี้เป็นสมาธิ แล้วค่อยไปอบรมปัญญา อันนี้มันจะเกิดความแปลกประหลาด เกิด ความมหัศจรรย์ เกิดการจะออกเห็นสิ่งต่างๆ นี่คือการทำสมาธิก่อน เห็นใหม่

กับการปฏิบัติทำปัญญาก่อน ให้ปัญญาอบรมที่ต้องการอบรมสมาธิเข้ามา ต้นไม้ล้ม โคนไปๆ เห็นใหม่ ทั้งสมาธิอบรมปัญญาหรือปัญญาอบรมสมาธิก็เหมือนกัน โคนต้นไม้ลงไป แล้วต้นไม้ล้มไปหมดเลย ราบไป เราก็เข้าใจว่าอันนี้เป็นผล เห็นใหม่ อันนี้เป็นผลของความสงบ มันเป็นผลจริงๆ จิตนี้จะสงบ จิตนี้จะตั้งมั่น จิตนี้จะมีแผนที่ ฟันที่แผนที่จะเดิน แค่นี้เอง ถึงเราจะ เห็นแผนที่ ถ้าเราไม่ถึงตรงนี้ เราจะไม่มีแผนที่ ไม่มีสิ่งเทียบเคียง เราถึงต้องฟังครูฟังอาจารย์เพื่อ เป็นหลักชัยของเรา เป็นหลักยึด เพื่อเราจะชำระไอ้การตายและการเกิด นี่ก็เริ่มต้นของการหา เสบียง หาสิ่งที่เราจะใช้เป็นเครื่องมือจะชำระการเกิดและการตาย

การรู้ตนเอง รู้เรา รู้เราที่จะชำระความทุกข์ที่ว่าเราเป็นคนมีปัญญาตาสว่างไสว เป็น เหมือนกับเจ้าชายสิทธัตถะที่เห็นการเกิดและการตาย เห็นพญามัจจุราชมารเดื่อน ธรรมมารเดื่อน

ตลอด อันนี้ก็ธรรมมาเตือนตลอด แต่วิธีการที่จะออก มันต้องมีพื้นฐานตรงนี้ก่อน มีพื้นฐานตรงนี้แล้วเราก็คิดว่าอันนี้เป็นผล เพราะมันมีความสุข จิตมันมีกิเลสหลอกลงอยู่ มีการฟุ้งซ่านออกไปแล้วสงบตัวเข้ามา เราก็มองว่าเป็นผล

ถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิมันจะว่างไปๆ...เข้าใจ เพราะการประพฤติปฏิบัติใหม่ ผู้ที่อ่านแผนที่จะอ่านค่าแผนที่ไม่ออก มันเข้าใจว่าเป็นผล ก็ยื่นเช่ๆ ซ่าๆ เก๋ๆ กังๆ อยู่อย่างนั้น ก็ดูไปเรื่อยๆ ความพิจารณาใจตลอด ความพิจารณาใจ พิจารณาเข้าไป รักษาตรงนี้ เพราะคนที่หาพื้นฐานได้ การประกอบอาชีพนี้มันแสนยาก การจะหาพื้นฐาน การจะหาเสปียงกรัง หามาแล้วก็จะมีคนมาขโมยไป เห็นไหม มันต้องรักษาไว้

นี่ก็เหมือนกัน จิตที่เป็นสมาธิ จิตที่ตั้งมั่น มันก็ต้องรักษาไว้ การรักษาไว้ การพยายามทำความสงบอยู่ ความเห็นความสงบ เพราะเป็น สัพเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลายเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วต้องดับไป เหมือนกับสิ่งต่างๆ ทั้งนี้ สิ่งที่เกิดขึ้นมานี้มันก็แปรสภาพไป การรักษาไว้ การทรงไว้ อันนี้มันก็เก๋ๆ เงินๆ พิจารณาควบคุมดูแลพื้นที่นี้

ในเมื่อต้นไม้มันโค่นโค่นไปแล้ว ทำไมมันงอกขึ้นมาได้ใหม่ล่ะ ต้นไม้ที่งอกขึ้นมา เพราะมันยังมีรากอยู่ไง รากแก้ว รากฝอย มันอยู่ในพื้นดิน เราโค่นต้นไม้ไปมันก็ต้องแตกกิ่งก้านสาขาขึ้นมาใหม่ เป็นกิ่งเล็กกิ่งอ่อนแทงหน่อขึ้นมาจากต้นไม้ต้น ถ้าเราโค่นครวญอยู่ เราพิจารณาอยู่ ความเห็นอันนั้น เห็นแทงหน่อออกมา “อ้อ! มันยังมีอยู่” เห็นไหม มันเป็นตัวกิเลสมันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาเพราะมันยังมีเชื้อไขอยู่ เห็นไหม นี่สัจจะความจริงจะเป็นแบบนี้เลย

นี่เราโค่นครวญอยู่ เราลงพื้นที่อยู่ เราหาอยู่ มันก็จะเจอ กาย เวทนา จิต ธรรม รวมลงแล้วคือกายกับจิตที่มันไหลออกมา เห็นไหม มันไหลออกมา ถ้าเราจับตรงนี้ได้ นี่ไง! นี่ไง! ถึงว่าเป็นการก้าวเดินออกไป การก้าวเดินออกไปจะชำระการเกิดและการตายของเราเป็นขั้นเป็นตอนออกไป เห็นไหม เป็นขั้นเป็นตอนที่เราจะชำระกิเลสของเรา การชำระกิเลสมันก็ต้องใช้ปัญญาเทียบเคียงอีก ละ ใช้ปัญญาเทียบ ใช้ปัญญาเคียง ถ้าจับได้ การจับได้คือจับจำเลยได้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าชำระกิเลสได้ก็ต้องชำระเชื้อของโรคได้ ไม่ใช่แค่ทำความสงบเข้าไปเฉยๆ

นี่ทำความสงบเข้าไป นึกว่าอันนี้เป็นผล เพราะมันจะมีความสุขมหาศาลจากความสงบนั้น ความสงบนั้นก็เป็นการสงบ เพราะว่ากิเลสมันยุบยอบลงมาเฉยๆ มันไม่ได้ชำระล้างสิ่งใดๆ มันไม่ใช่ความดำริที่ออกจากกิเลส มันเป็นความดำริหลบกิเลสเข้ามา พักเข้ามาต่างหากละ พักเข้า

มาหาที่หลบซ่อน ไม่สู้หน้า ไม่อยากทำงาน ไม่อยากทำงานจากภายใน ไม่ใช่ไม่อยากทำงานจากภายนอก แล้วกิเลสก็หลอก คำว่า “กิเลสหลอก” นี้หมายถึงว่า อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา ในหัวใจเรา จะเสียม จะบอกว่าสิ่งนี้เป็นผล

ถึงว่า ถ้าจับกิเลสได้ คือเห็นสิ่งที่แทงขึ้นมาจากพื้นดิน สิ่งที่แทงขึ้นมาจากโคนต้นไม้ นั่นเห็นไหม สิ่งที่เกิดขึ้นมากับกายและใจ เพราะใจนี้เกี่ยวข้องกับกาย เพราะมันมีกายเรา มีหัวใจนี้อยู่ในร่างกายของเรา มันก็อาศัยกายของเรานี้เป็นที่อยู่ เป็นเจ้าของ เป็นสิ่งเดียวกับใจนั้น ฉะนั้น การพิจารณาภายใน มันถึงสะท้อนถึงหัวใจนั้น

เพราะหัวใจนั้นมันโง่ หัวใจนั้นไม่เข้าใจ หัวใจนั้นคิดว่าสิ่งนั้นต้องเป็นเรา แต่ในเมื่อแผนทีบอกว่าไม่ใช่ เราก็จำมาว่าไม่ใช่ การจำมาคือการเทียบเคียงมา เห็นไหม ปัญญาในการพิจารณา จิตก็เหมือนกัน เราเข้าใจว่าเป็น นี้ “เราเข้าใจว่า” เพราะปัญญานี้ได้อบรมใจเข้ามาตั้งแต่ทำความสงบ ปัญญาอบรมสมาธิเข้ามานี้มันเทียบเคียงเข้ามาด้วยเหตุด้วยผล ใจต้องเชื่อเหตุเชื่อผล ใจจะอ่อนลง

จากเดิมเป็นใจที่แข็ง ใจที่ทำอะไรก็ทำแต่ตามความรู้สึกของตัวเอง เข้าใจว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้อง เพราะไม่เคยใช้อย่างอื่น ไม่เคยคิด ไม่เคยเทียบเคียง แต่พอเทียบเคียงเข้าไป เทียบเคียงด้วยเหตุด้วยผล

(เทปสิ้นสุดเพียงเท่านี้)